2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

1주	11월 2일	알레르기	11월 3일	알레르기	11월 4일	알레르기	11월 5일	알레르기	11월 6일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	닭고기채소죽	15	감자스프 조각식빵	2,5,6,15,16 6	삶은계란/배 무첨가주스	1	사과/스트링치즈 우유	2 2	흰살생선죽	
점심	찹쌀밥 순두부백탕 돈육곤약장조림 치커리사과무침 배추김치 (백김치)	5 1,5,6,10,18 5,6,9	차수수밥 근대국 순살닭갈비 비타민무침 배추김치 (백김치)	5,6 15 5,6 5,6,9	닭고기쌀국수 밥도제공(영아) 새우청경채볶음 깍두기 (백김치) 바나나	2,5,6,15 9 9,16	강황쌀밥 콩나물김칫국 임연수구이 참나물무침 알타리김치 (백김치)	5,6,9 5 6,9	찹쌀밥 육개장 채소계란찜 우엉볶음 배추김치 (백김치)	16 1 5,6,9
오후 간식	찐빵 우유	2,5,6 2	크림카레우동 우유	2,5,6,12,15,16, 2	멸치야채주먹밥 옥수수차		닭가슴살샐러드 두유	1,5,15 5	찐고구마 우유	 2
저녁	닭고기야채볶음밥 백김치	6,15,18	황태계란죽 백김치	1	새우살야채죽 백김치	9	짜장밥 백김치	2,5,6,10,15,16	김가루주먹밥 백김치	
영양량(영)kcal/g	562/25		513/21		598/29		677/26		609/25	
(유)kcal/g	749/34		684/28		798/39		903/35		812/33	
메뉴변동사항										

2주	11월 9일	알레르기	11월 10일	알레르기	11월 11일	알레르기	11월 12일	알레르기	11월 13일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	새우버섯죽	9	단호박크림스프	2,5,6,15,16	만둣국	2	해물크림리조또	2,5,6,9,15,16,17	소고기미역죽	16
점심	기장밥 황태뭇국 소고기주꾸미볶음 숙주나물 배추김치 (백김치)	5,6,16 9	차조밥 돈육김치찌개 두부강정 양상추비타민리코타샐러드 깍두기 (백김치)	5,6,9,10 5,6 2,5,6 9	소고기비빔밥 두부된장국 도토리묵쑥갓무침 배추김치 (백김치) 샤인머스캣	5,6,16 5,6 5,6 9	강황쌀밥 소고기버섯전골 코다리무조림 구이김 배추김치 (백김치)	16 5,6 9	기장밥 팽이버섯된장국 수제돈가스 양배추샐러드 배추김치 (백김치)	5,6 1,5,6,10,12 1,5,6 9
오후 간식	롤치즈빵 우유	2,5,6 2	돈육부추잡채/꽃빵 매실차	5,6,10	사과핫케이크 우유	1,2,5,6 2	치즈김치전/아이스홍시 옥수수차	1	찐감자/크림치즈 우유	2 2
저녁	계란새우살볶음밥 백김치	1,9	하이라이스 백김치	1,2,5,6,9,10,12,15,16,18	소고기미역죽 백김치	16	스파게티	1,2,5,6,10,12,15,16,18	간장계란밥 백김치	
영양량(영)kcal/g	568/20		513/24		517/18		507/24		663/28	
(유)kcal/g	757/27		684/32		689/24		676/32		884/37	
메뉴변동사항										

식 재 료 원 산 지 안 내

밥/죽/누룽지				배추김치		백김치	얼갈이/봄동		콩류			육류			
백미	현미	흑미	찹쌀	배추	고춧가루	배추	배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	소고기 (한우/육우/젖소)	돼지고기	닭고기	오리고기
국내산				국내산	국내산	국내산			국내산			국내산(한우)	국내산	국내산	국내산

수산물										수산가공품		식육가공품		기타			
명태 (동태)	명태 (코다리)	고등어	갈치	오징어	다랑어	아귀	주꾸미	전복	임연수								
러시아산	러시아산						베트남산		수입산								

☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 꽃게, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 낙지, 참조기, 전복, 방어, 부세, 볼락 사용 시 원산지 기재

*알레르기유발식품(19종) : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기,⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴,전복,홍합), ⑲잣

푸르니보육지원재단 이현주 영양사 작성

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

3주	11월 16일	알레르기	11월 17일	알레르기	11월 18일	알레르기	11월 19일	알레르기	11월 20일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	**대게살야채죽**	8	바나나		순두부죽	5	버섯수제비	6	누룽지죽	
			플레인요거트	2		5,6			백김치	
점심	차조밥		찹쌀밥		돈육자장밥	2,5,6, 10,15,16	강황쌀밥		차조밥	
	느타리버섯된장국	5,6	**바지락미역국**	18	계란파국	1	돈육우거지국	5,6,10	아욱국	5,6
	돈육김치불고기	5,6,9, 10	닭다리살간장조림	5,6,15	**오이크래미샐러드**	1,5,6,8	가자미구이	5,6	돈수육/새우젓	10/9
	온두부	5	콩나물무침	5	깍두기	9	세발나물		양배추쌈	5,6
	깍두기	9	알타리김치	9	(백김치)		깍두기	9	배추김치	9
	(백김치)		(백김치)		파인애플		(백김치)		(백김치)	
오후 간식	잼치즈빵(영아:잼제외)	1,2,6	우동	5,6,9, 18	연유버터토스트	1,2,6	모둠과일(포도,배,귤)		단호박찜/메이플시럽(영아제외)	
	우유	2	유자차		우유	2	우유	2	우유	2
저녁	대게살양파굴소스볶음밥		**해물야채죽**		우동		**베이컨김치볶음밥**		유부초밥	15
	백김치	5,6,10	백김치	16	백김치	15	백김치	5,6		5,17
영양량(영)kcal/g	581/33		573/23		502/21		507/25		556/23	
(유)kcal/g	775/45		764/31		670/27		676/34		742/31	
메뉴변동사항										

4주	11월 23일	알레르기	11월 24일	알레르기	11월 25일	알레르기	11월 26일	알레르기	11월 27일	알레르기
	월	번호표시	화	번호표시	수	번호표시	목	번호표시	금	번호표시
오전 간식	닭브로컬리죽	15	치즈죽	2	모닝빵	1,2,6	소고기채소죽	16	양송이누룽지스프	2,5,6, 15,16
				2	우유	2				
점심	찹쌀밥		차수수밥		유부쑥갓우동	5,6,9	강황쌀밥		찹쌀밥	
	황태두부국	5	소고기된장찌개	5,6,16	밥도제공		청국장	5,6,10	설렁탕/소면	6,16
	돈육콩나물볶음	5,6,10	채소계란찜	1	새우양배추볶음	9	**임연수구이**	5,6	멸치볶음	5,6
	상추쌈	5,6	새송이버섯조림	5,6	배추김치	9	청포묵김무침	5,6	도토리묵오이무침	5,6
	깍두기	9	배추김치	9	(백김치)		알타리김치	9	깍두기	9
	(백김치)		(백김치)		귤		(백김치)		(백김치)	
오후 간식	잼곡물빵	1,2,5,6	탕수육	1,5,6, 10	소고기김치리조또	2,5,6,9,1 5.16	메밀국수	3,5,6	안흥찐빵	1,2,5,6
	우유	2	오미자차		우엉차				우유	2
저녁	짜장면		버섯계란볶음밥		계란새우죽		마파두부덮밥		소고기야채죽	2,5,6,10, 12,15,16, 18
		1,5,6,10	백김치	18	백김치	5	백김치	1,9	백김치	5,6
영양량(영)kcal/g	556/32		611/44		546/21		624/28		554/18	
(유)kcal/g	742/42		814/58		728/27		832/38		739/24	
메뉴변동사항										

식 재 료 원 산 지 안 내

밥/죽/누룽지				배추김치		백김치	얼갈이/봄동		콩류			육류			
백미	현미	흑미	찹쌀	배추	고춧가루	배추	배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	소고기 (한우/육우/젖소)	돼지고기	닭고기	오리고기
국내산				국내산	국내산	국내산			국내산		국내산	국내산(한우)	국내산	국내산	국내산

수산물									수산가공품		식육가공품		기타			
명태 (동태)	명태 (코다리)	고등어	갈치	오징어	다랑어	아귀	주꾸미	전복	바지락	대게살:어육		베이컨:돈육		임연수			
				국내산					국내산	외국산(미국,인도네시아,베트남 등)		국내산		러시아산			

☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 꽃게, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 낙지, 참조기, 전복, 방어, 부세, 볼락 사용 시 원산지 기재

*알레르기유발식품(19종) : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기,⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴,전복,홍합), ⑲잣

푸르니보육지원재단 이현주 영양사 작성

2026년

11월 주간식단 - 원산지/영양량/알레르기표시

5주	11월 30일	알레르기								
	월	번호표시								
오전 간식	소고기미역죽									
점심 	차조밥 근대국 **돈육오징어볶음** 숙주나물 배추김치 (백김치)									
오후 간식	소보로빵 우유									
저녁	오징어덮밥 백김치									
영양량(영)kcal/g	586/30									
(유)kcal/g	782/40									
메뉴변동사항										

식 재 료 원 산 지 안 내

밥/죽/누룽지				배추김치		백김치	얼갈이/봄동		콩류			육류			
백미	현미	흑미	찹쌀	배추	고춧가루	배추	배추	고춧가루	두부류	콩국수	콩비지	소고기 (한우/육우/젖소)	돼지고기	닭고기	오리고기
국내산				국내산	국내산	국내산			국내산		국내산	국내산(한우)	국내산	국내산	국내산

수산물									수산가공품		식육가공품		기타			
명태 (동태)	명태 (코다리)	고등어	갈치	오징어	다랑어	아귀	주꾸미	전복								
				국내산												

☞ 급식에서 자주 사용하지 않는 염소, 양, 넙치, 꽃게, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 가리비, 우렁쉥이, 낙지, 참조기, 전복, 방어, 부세, 볼락 사용 시 원산지 기재

*알레르기유발식품(19종) : ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기,⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴,전복,홍합), ⑲잣

푸르니보육지원재단 이현주 영양사 작성